

La Gazzetta del Turbike

www.turbike.it

Tutto il giallo della vita

Mercoledì 08 Luglio 2009

Anno 0 - Numero XVIII

Maratona delle Dolomiti: 24 Turbikers partecipanti, in 2 fanno il lungo

Scatteia eroico!

La maglia nera Turbike compie la grande impresa: finito il corto! Medoro e Leonardi, all'esordio alla MdD, grande prestazione sul lungo

Maratona delle Dolomiti

La magnificenza spettacolare delle Dolomiti è un qualcosa a cui è impossibile abituarsi: ogni volta che si viene in questi posti incantevoli, anche se già conosciuti, è come se fosse la prima volta: impossibile non meravigliarsi di tanta bellezza, impossibile non emozionarsi ad ogni impresa su quelle mitiche salite che hanno fatto e faranno la storia del ciclismo. E' talmente tutto così bello e perfetto da sembrare finto, artefatto, impossibile, irreali. L'impressione è quella di essere dentro una cartolina.

C'è poi la gara che avvalendosi di un così eccezionale scenario e grazie anche alla consueta perfetta efficienza organizzativa, come ogni anno, non può che lasciare un ricordo straordinario.

Il gruppo dei Turbikers alla partenza, nonostante il mancato sorteggio in sede d'iscrizione, è fortissimo anche quest'anno: in ben 24 hanno concluso la prova. A questi si aggiungono Enzo Rossi che non ha potuto partecipare per un guasto alla bici (!) e Daniela Cavaliere che non è riuscita ad iscriversi ma che comunque, emozionata e anche un po' dispiaciuta, era presente alla partenza dei Turbikers (alle 6.15 del mattino!!) per salutarli ed incitarli (oltre che fare qualche foto).

Le previsioni del tempo non erano buone (in tutti i giorni precedenti aveva piovuto nel pomeriggio) ma, nonostante le temutissime "macumbe" Cesaretiane, il tempo è stato splendido per tutta la gara con una temperatura mite, ideale per una giornata di ciclismo.

Come ogni anno i Turbikers hanno preso parte alla gara in gruppi omogenei nonostante la ripartizione in griglie non fosse per tutti la stessa. E, come ogni anno, per affrontare tali passi dolomitici, il Gruppo si è allenato per mesi facendo più e più volte Passo Corese e i risultati, di conseguenza, si sono visti!



Il gruppo Turbike (non al completo) alla partenza da La Villa per le Tre Cime di Lavaredo.

Grande risultato di Medoro e Leonardi che hanno affrontato insieme il percorso lungo e, unici del Turbike, entrambi per la prima volta, lo hanno portato a termine con un tempo eccellente ottenuto partendo dalla griglia viola: 6.33!! Complimenti!!

Altri risultati di rilievo sono la prestazione eccezionale di Prandi che ha chiuso il percorso medio con il tempo di 4.42 dando così oltre 15 minuti a Ruggeri arrivato con il tempo comunque eccellente di 4.57 (quasi 58!).

Ottime anche le prestazioni di Caliendo e Pietrangeli (5.17 sul medio) che, facendo gare separate (Caliendo è partito da una griglia più avanti), hanno ottenuto un tempo che differisce di soli 14 secondi!

Dietro a loro ottime prestazioni anche per Serra e Buccilli, il neo Turbiker Rivolta, il gruppo formato da Federico Fossati, Bucci, Antonucci e Marafini.

Hanno completato il percorso medio anche il gruppo di Stella, Della Sala e Petrella mentre Russo

SEGUE A PAGINA 4

Il commento del Presidente

Anche quest'anno ce l'ho fatta! Avevo molti dubbi alla partenza da Roma poiché il mio sempre più precario allenamento aveva ridotto le mie già scarse prestazioni ciclistiche, ma tornare su queste montagne ringalluzzisce tutti e ci fa dimenticare tutte le pecche e le "crepe" che ci portiamo dietro (parlo al plurale perchè non sono il solo). Così appena arrivato a La Villa è, per me e tutti i Turbikers, scattata l'ora X!!!!

Il Programma di quest'anno prevedeva:

Martedì 30 sgambata sul Campolongo;
Mercoledì 1, da Cortina, il Passo Tre Croci e "Le Tre Cime Di Lavaredo"
Giovedì 2 Riposo;
Venerdì 3, dalla Val Venosta, il "Mitico Re Stelvio"!!!
Il Sabato 4 una passeggiata facoltativa (Gardena, Valparola o Campolongo);

La Domenica "La Maratona delle Dolomiti"!!!

Devo dire che il mio programma non è cominciato bene, poiché subito il martedì 30, a metà del Campolongo, mi si rompe il cambio e rischio di "scassare" tutta la bicicletta!!! Ma i miei riflessi pronti mi hanno permesso di salvare la mia vacanza! Grazie al passaggio di un automobilista inglese, mi faccio accompagnare da Pinarello a La Villa e torno a piedi in Hotel magari un po' incazzato e preoccupato per la bici qualora non fosse stato possibile ripararla. Ma tutte le mie preoccupazioni cessano la

SEGUE A PAGINA 6

Avventura sulle Dolomiti

Personaggi delle Dolomiti

Pagina 2

La settimana Turbike sui monti pallidi li ha visti in evidenza

I personaggi delle Dolomiti

Claudio SCATTEIA: la mitica maglia Nera del Turbike è semplicemente eroica. Si toglie la grande soddisfazione di scalare l'ultimo tratto del Passo dello Stelvio (gli ultimi 11 tornanti) ma, soprattutto, porta a termine il percorso corto della Maratona



delle Dolomiti con Passo Campolongo, Pordoi, Sella e Gardena infilati uno dopo l'altro! In quanti lo avremmo immaginato capace di tanto? Ancora è chiaro il ricordo di quando, solo qualche anno fa, fece per la prima volta Passo Gardena, incitato ed aiutato da Marcello Cesaretti o quando, 2 anni fa, la sua Maratona si fermò sul Campolongo. Grande la sua passione e la sua tenacia che gli hanno dato la forza di riuscire in un'impresa vera di cui andar fieri. Dopo tale impresa ritroveremo forse uno Scatteia trasformato? Chissà quali altre strabilianti imprese sarà capace di fare!

Rossana FILIPPONE: in pochi la conoscono nel Gruppo in quanto partecipa solo in occasione di alcune Gran Fondo (in compagnia del marito che l'accompagna dovunque senza però essere ciclista!). Rossana, oltre



ad essere molto simpatica, è una grande atleta. Corre a piedi e, in bici, è capace di autentiche imprese. Sulle Tre Cime di Lavaredo si è superata: nessuno immaginava potesse arrivare lassù, percorrendo una salita con pendenze tanto impegnative. Ebbene ce l'ha fatta! Ma, per scendere, impaurita dalla ripida discesa, nonostante le insistenze e gli incitamenti di Medoro, non ne ha voluto sapere: il marito ha pagato il costoso pedaggio (20€!) ed ha dovuto andare su in auto a prenderla. Alla Maratona ha concluso il percorso corto: 4 passi dolomitici ma anche 4 lunghe discese! Grande Rossana!

Bernardino e Stefania MEDORO: Bernardino Medoro, al primo anno nel Turbike, si è integrato alla grande guadagnandosi la stima e la simpatia di tutti. Non molto loquace per carattere si è distinto per le sue eccellenti prestazioni, la sua determinazione, la sua tena-



Stefania Medoro

cia, il suo spirito di squadra. Ma soprattutto il suo inserimento ci ha permesso di conoscere sua moglie Stefania che si è rivelata un personaggio ammirevole. Sempre presente, insieme a lui, in tutte le GF. Con infinita pazienza lo segue dappertutto. L'abbiamo vista alle 4.00 del mattino a Cesenatico, alle 6.00 in strada a La Villa, all'arrivo di tutte le GF del Granducato sempre pronta a fotografare questo o quello. Con la sua carica di vitalità e la sua simpatia è entrata nel cuore di tutti noi. Durante la settimana delle Dolomiti però si è superata per generosità e spirito di abnegazione quando, in occasione della trasferta per scalare lo Stelvio, anche su richiesta di Cesaretti che l'aveva incaricata di effettuare le riprese con la videocamera, ha rinunciato ad un tranquilla e riposante giornata sulle Dolomiti per sobbarcarsi 3h di viaggio in auto di andata e altre 3h di viaggio di ritorno per seguire i Turbikers lungo il Passo dello Stelvio! Grande Stefania, grazie per la tua preziosa compagnia!

Enzo ROSSI: quasi sconosciuto nel Gruppo, in precedenza è stato presente solo alla Nove Colli. Un personaggio unico. Innanzitutto la bicicletta: incredibile. Una "scauzoneria" incomparabile. Tralasciando di commentare la qualità del telaio (MTB da supermercato, più probabilmente discount), presentava i seguenti optional: borsetta for-



Enzo Rossi e la sua "bici"

mato maxi su tubo orizzontale, n. 3 mollette da bucato (di vari colori) ancorate ai cavi dei freni, n. 3 lacci antifurto (necessari visto che una tale bici deve essere molto ricercata), campanello, portachiavi pendente, cavo elastico reggi pacchi avvolto sullo sterzo, bottiglietta in plastica in luogo della borraccia. Durante la settimana sulle Dolomiti è stato in sella, a Cortina, per circa 150metri dopo i quali è misteriosamente sparito. Si saprà poi che aveva rotto il cambio. A seguito di tale guasto è andato da Pinarello a La Villa per chiedere la riparazione. Questi, imbarazzato, gli ha detto:

"Sì, quella (la bici) mettila lì che poi la taglio e te la butto io!"

"Ma, io veramente non volevo buttarla, vorrei ripararla!"

"Ah, no, io queste cose qui non le tratto. Se vuoi la te la posso segare in 2 e buttare, altro non posso fare!"

Un momento memorabile.

Enzo Rossi si è distinto per il suo stile di guida non propriamente tranquillo (Marcello ha dovuto lavorare per indurlo ad andature non da codice penale), per la sua estrema imprevedibilità, per il suo costante abbigliamento ciclistico (a fronte di un'attività forzosamente ridotta) e, a cena, per le contese del piatto di portata (molto spesso, curiosamente, si "confondeva" consumando la pietanza che al momento più l'aggradava nonostante avesse precedentemente richiesto un diverso piatto il quale poi, necessariamente, doveva essere consumato da un altro dei commensali).

Danilo Leonardi ci racconta la sua prima Maratona

Maratona di emozioni!

Quante sono le occasioni che ci hanno fatto piangere di gioia nella nostra vita? La nostra Prima Comunione, il giorno in cui si porta all'Altare la donna amata, la nascita di un figlio... Sono momenti che restano impressi per sempre nel cuore, nei quali controllare le proprie emozioni è difficile e, in fondo, è giusto che sia così.

Non pensavo, a 47 anni, che un momento del genere l'avrei vissuto in bicicletta!

Certo, mi sono allenato intensamente per affrontare i 138 km x 4190 m. di dislivello della Maratona. Sono alla prima partecipazione e, nonostante i "consigli" degli amici, a stento riesco a nascondere la preoccupazione. Marco Valerio Faggiani, in extremis, è stato costretto a restare a Roma: il trio composto da lui, Bernardino Medoro e da me, perde dunque il più esperto fra noi. Restiamo in due ad affrontare l'avventura. Ma anche Dino, uomo e ciclista di grande valore, è alla sua prima esperienza.

La sera della vigilia, prendiamo gli ultimi accordi e ipotizziamo una tabella di marcia. Dino in settimana ha testato il percorso "medio", io il venerdì ho scalato il Giau...abbiamo già provato il lungo, dunque, ma ora si tratta di sommare le due tratte ... Stimiamo di chiudere il primo passaggio a Corvara in circa 3 ore e poter concludere tutto intorno alle 7 ore complessive. Ci diamo appuntamento per le ore 6, nel parcheggio dell'hotel "Gran Risa": da lì parte la griglia "Pinarello", alla quale la gran parte di noi è stata assegnata. Siamo un bel gruppo, numeroso e allegro, come sempre: il Presidente, Rossana Filippone, Scatteia, Lolli, Bucci e Antonucci, Bronzino e Buccilli, Marafini e Pietrangeli, Andrea e Federico Fossati. La restante parte del gruppo sta in altre griglie. Si tratta di Prandi e Ruggeri, Serra e Petrella, Della Sala, Stella, Neri, Russo, Caliendo...

Alle 6.40 si parte, mentre gli elicotteri della televisione ci volteggiano sulla testa. Immediatamente mi appiccico a Dino e non lo perderò mai di vista fino all'arrivo. Sulla prima ascensione al Campolongo, per un pezzo pedala con noi Roberto Pietrangeli ma già sul Pordoi restiamo in due: su questa salita bisogna farsi spazio e perciò, pur cercando di gestire cuore e gambe, ben poco si risparmia. Allo svalico, un morso al panino con lo speck e poi via verso il Sella che arriva come una rasoia sulle gambe: che sofferenza i primi 1000 metri di salita! Alle 9.02 passiamo il Gardena, alle 9.14 siamo a Corvara per il primo passaggio. Ci abbiamo impiegato 2h 34"! Siamo in netto anticipo sulla nostra tabella ma quanto abbiamo speso? Qui la mancanza di esperienza precedente gioca un ruolo fondamentale. Che fare: spingere ancora o risparmiare? Scegliamo una strada

intermedia: il nostro destino lo deciderà "Re Giau"! Di nuovo il Campolongo, poi Arabba e via ancora, in un gruppo che ci porta al colle Santa Lucia a 50 km/h!

Qui facciamo la prima sosta. Sali, frutta fresca, acqua per le borracce. Il tempo è perfetto: né troppo caldo, né troppo freddo. I temuti piovvaschi, che ci hanno fatto portare dietro mantelline e guanti pesanti, sembrano scongiurati. Siamo ormai al "punto di non ritorno". Ma siamo in ottima compagnia. Nel nostro gruppo, solo pochissimi girano per il Falzarego, abbandonando il percorso lungo. La gran parte tira dritto e si avvia verso la ... sofferenza. Ci sono stato da poco, sul Giau, appena 2 giorni fa. Che splendida salita, dura e bellissima! Che panorama, su al passo! Ma dopo 85 km e quasi 3000 mt di dislivello il Giau diventa un "mostro" che ti azzanna alle gambe. Inizia con delle rampe durissime, tutte con pendenze sopra al 10% e anche dopo non ti lascia respirare. Dino è straordinario: sale al suo agile passo innestando il 34x28. Io ho montato il 13x29 ma le prime avvisaglie di crampi non mi consentono troppa agilità... via con il 26 e con il 23. Se innesto il 29 devo mantenere la cadenza, in modo da non peggiorare la situazione. Mi sembra di andare pianissimo. Quanto ci impiegherò per fare i 30 tornanti? In realtà tengo una media che mi sorprende: 10.7 km/h, chiudendo la cronocalata in meno di 1h! Dino è avanti ma al passo mi aspetta e ... mi porge una bustina di magnesio e potassio che mi aiuta a sconfiggere definitivamente i crampi.

La discesa verso Pocol è ripidissima: non guardo il Polar, perché temo di spaventarmi. Come sarà ora il Falzarego? E il Valparola? Ma il mostro non ci ha fermato e non credo che ormai qualcosa possa impedirci di raggiungere l'obiettivo. Verso il Falzarego recuperiamo posizioni in salita, sorpassando anche molti aiutanti giovanotti che sbuffano come locomotive. Passato il Falzarego, sento voci provenire dal ristoro che ci incitano: sono gli amici Dario, Romano e Marco, che stanno concludendo il medio. Saluto alzando il braccio e corro di filato verso il traguardo del GPM sul Valparola. Urlo a Dino: "ce l'abbiamo fatta!!" e guardo il cronometro: siamo intorno alle 6h!



Dino Medoro e Danilo Leonardi all'arrivo della Maratona a Corvara

Questo è il momento nel quale per qualche secondo non capisco più nulla e ... scoppio a piangere come un bambino!

Per fortuna la discesa verso l'Armentarola mi richiama all'ordine: proviamo a chiudere entro le 6h 30' quindi non si molla ancora e si scende a tutta birra. Gli ultimi km volano. Come se non avessimo alle spalle 8 passi dolomitici! Tagliamo il traguardo a braccia alzate in 6h 33'. La nostra sfida con la Maratona è vinta.

Grazie al grandissimo Dino Medoro, con il quale abbiamo

diviso sudore e sofferenza, sostenendoci reciprocamente. Grazie a tutti gli amici del Turbike senza i quali non avrei mai vissuto queste emozioni: a Salvatore, che attendo per il "lungo" 2010, a Bruno, capitano premuroso, a Claudio, gran ciclista e impareggiabile "chef", a Romano, sempre pronto nel momento del bisogno, a Dario con la dolce Maura, che hanno scalato temerariamente il Giau, venerdì 3. Alla prossima Maratona!

Danilo Leonardi

Maratona delle Dolomiti

Perc.	Name	time	km/h
138	Medoro Bernardino	6:33.37	21,034
138	Leonardi Danilo	6:33.37	21,034
106	Prandi Andrea	4:42.00	22,553
106	Ruggeri Maurizio	4:57.57	21,345
106	Caliendo Emilio	5:17.23	20,037
106	Pietrangeli Roberto	5:17.40	20,020
106	Buccilli Claudio	5:41.17	18,635
106	Serra Salvatore	5:41.18	18,634
106	Rivolta Paolo	5:46.47	18,339
106	Marafini Marco	6:08.21	17,264
106	Antonucci Gianfranco	6:08.22	17,264
106	Bucci Giuseppe	6:08.25	17,262
106	Fossati Federico	6:16.30	16,900
106	Della Sala Romano	6:27.43	16,403
106	Stella Dario	6:27.43	16,403
106	Petrella Marco	6:27.44	16,402
106	Russo Francesco	8:10.39	12,962
55	Neri Luigi	3:52.33	14,189
55	Fossati Andrea	3:52.34	14,189
55	Cesaretti Marcello	4:02.42	13,596
55	De Angelis Bruno	4:05.16	13,454
55	Lolli Leonello	4:07.14	13,347
55	Filippone Rossana	4:10.37	13,167
55	Scatteia Claudio	6:20.10	8,680

Diario di una fantastica settimana sulle Dolomiti

Collezione di Passi!

Tre Cime di Lavaredo, Passo Fedaia e Passo dello Stelvio!

Dopo l'incidente alla clavicola di dicembre scorso ho ripreso la bici ad aprile con un unico grande obiettivo: fare del mio meglio per vivere questa settimana sulle Dolomiti (già pianificata prima dell'incidente) con una forma tale da poter apprezzare al meglio l'esperienza.

Nonostante un evidente sovrappeso il mio recupero è stato sorprendentemente veloce ed ho potuto vivere una settimana bellissima che ha arricchito di molto le mie conoscenze ciclistiche grazie alle meravigliose imprese che sono riuscito a portare a termine.

Compagni di avventura i Turbikers che hanno avuto la fortuna di poter soggiornare sulle Dolomiti per l'intera settimana e, tra questi, soprattutto Stefano De Angelis che, grazie alla sua immensa passione per il ciclismo, più di tutti condivide con me il gusto per l'avventura e per la sfida alle salite dei passi dolomiti.

Mercoledì 1 luglio TRE CIME DI LAVAREDO

Trasferimento in auto a Cortina d'Ampezzo, da qui si parte in bici. Siamo 11



Turbikers a Cortina in partenza per le Tre Cime.

ciclisti più i gentili e pazienti accompagnatori (le mogli di Medoro, di Scatteia, di Cesaretti ed il marito della Filippone). Il tempo è bello. Partenza e siamo subito contromano! Arriviamo nei pressi del corso principale di Cortina e la strada, contromano, diventa pericolosa al punto che diversi di noi si rifiutano di seguire chi è davanti per cui il gruppo si divide! Qui, in questo caos, al centro di Cortina, misteriosamente sparisce Enzo Rossi. Si saprà poi che aveva avuto un guasto al cambio. Da Cortina abbiamo affrontato il Passo delle Tre Croci: bello, in alcuni tratti inaspettatamente duro, nel mezzo di uno splendido bosco e costeggiando un laghetto incantevole. Lungo la salita, il gruppo di coloro che erano avanti avendo fatto, a Cortina, una strada più corta (ma contromano), viene ripreso e

Maratona delle Dolomiti

è riuscito anche lui nell'impresa seppur con un tempo elevato.

Ma il grande eroe Turbike di giornata è senz'altro la mitica maglia nera Claudio Scatteia che è riuscito nell'impresa di terminare il percorso corto: ben 4 mitici passi percorsi, uno dopo l'altro, nel tempo di 6.20!! Una soddisfazione immensa quasi impensabile fino a poco tempo fa se si considera che il buon Claudio, negli anni passati, si era accontentato di fare il solo Campolongo.

Hanno portato a termine il percorso corto anche Neri (in non perfette condizioni di forma, ha risentito anche delle fatiche dello Stelvio), Bruno De Angelis (afflitto da un noioso problema muscolare), Leonello Lolli (sempre un grande), il Presidente Marcello Cesa-

SEGUE DALLA PRIMA

retti, Andrea Fossati (sempre alla ricerca dell'allenamento perduto) e la grandissima Rossana Filippone.

La magia delle Dolomiti si è ripetuta ancora una volta: peccato che le difficoltà d'iscrizione e una carenza di organizzazione a livello di team ha impedito ad altri nostri compagni di essere presenti! Sarebbe bello anche vivere la trasferta tutti insieme, alloggiando magari nella stessa struttura alberghiera o in strutture adiacenti. L'anno prossimo sembra che gli atleti Turbike saranno iscritti sicuramente (essendo stati esclusi per 3 volte consecutive al sorteggio): speriamo che sia così, sarebbe bellissimo ripetere questa splendida esperienza tutti insieme.

Rob Pietrangeli



*...in trionfo dopo
l'arrivo sulle Tre
Cime di Lavaredo*

superato. Ci si riunisce al Lago di Misurina da dove, a poca distanza, s'imbocca la strada che, in 7 terribili km, porta al celebre Rifugio Auronzo sulle Tre Cime di Lavaredo, a quota 2300m. La salita è durissima, la più dura che io abbia mai affrontato. Subito, al primo km, si va al 14-15%. E' un assaggio breve ma assai significativo. Poi seguono 2 km di salita leggera e, prima del casello per le auto, anche un breve tratto di discesa. Dal casello inizia l'inferno. Sono solo 4 km e per questo è possibile affrontarli con la speranza di arrivare in fondo. Ma sono i 4 km più lunghi che io abbia mai fatto: la ripidezza è crudele, non lascia spazio ad altro che alla dolorosa fatica. Si cerca solo di resistere nella speranza che passi presto la sorprendente ed impietosa durezza della salita. Ogni prospettiva è distorta, modificata: all'11% e anche al 12% di pendenza si respira, ci si riposa!!! Medoro fatica ma procede ad un passo per tutti gli altri impensabile. Spesso si ferma ad attenderci per poi tornare avanti a tutti. Dietro di lui, apparentemente in ottima forma, c'è Andrea Prandi che comunque, in alcuni tratti, cede alla tentazione di fare un po' di zig zag. Poi ci sono io che vado su senza sapere come (percorro i 7km di salita in 41.42). Dietro a me c'è nientedimeno che Maurizio Ruggeri! Poi, lentamente, ognuno da solo con la sua immane



*Prandi, Pietrangeli, S.
De Angelis e Ruggeri al
Lago di Misurina dopo
la scalata alle Tre Cime.*

Attenzione alle macumbe Cesarettiane!!

Aveva organizzato la settimana sulle Dolomiti per tutto il Gruppo (conteggiate 26 presenze), pianificato appuntamenti, uscite, sfide, classifiche, premiazioni. Per far partecipare tutti alla scalata dello Stelvio lo aveva anche rimandato al venerdì prima della gara mettendo le Tre Cime di Lavaredo al mercoledì. Ma quando ha capito che gran parte del Gruppo non lo assecondava è scattata la perfida e temuta "macumba" cesarettiana: "Non venite in bici nei giorni precedenti alla gara perché temete di affaticarvi troppo? Ma lo sapete che per domenica le previsioni dicono pioggia? Se voi non andate in bici nei giorni precedenti (per migliorare di

1 min la prestazione???)", domenica io vi vengo a vedere alla partenza quando pioverà!". Qualcuno si è messo le mani nei capelli. Sono tristemente famose le "gufate" del Presidente. Qualcun altro, incredulo, ha cercato di riportarlo alla ragione: "Marcello, ma mica sperai che piova per prenderti gioco di noi?". "Noo, certo che no, ma tieni presente che domenica piove". La magia delle Dolomiti è forte ed ha vinto anche la macumba cesarettiana! L'anno prossimo, però, se non venite agli appuntamenti del Presidente, ditelo. Una volta ci è andata bene, non è detto che ci sia una seconda!



Cesaretti e Lolli sulle Tre Cime di Lavaredo!

fatica, a velocità prossime al ribaltamento (anche 5-6 km/h) ecco arrivare Gianfranco Antonucci (in questa settimana soprannominato Gianfri) e Stefano De Angelis. Arrivati su concordiamo che è impossibile, per altri del gruppo, riuscire a terminare una salita tanto impegnativa e, così convinti, entriamo nel rifugio per mangiare qualcosa. Ma dopo un po' la sorpresa: Rossana Filippone!! Ce l'ha fatta! Che impresa straordinaria! E dopo un po' chi arriva? Cesaretti!! (e qui qualche sospetto su come sia potuto arrivare c'è ma lui ammette di aver fatto dei tratti a piedi). E poi, anche Lollì!! Quasi incredibile, ma che soddisfazione!!

Qualche foto (...ma la terza cima dove sta? Noi forse eravamo un po' stanchi ma ne abbiamo viste solo 2!) e poi giù in discesa (tranne Rossana Filippone che, intimorita dalla ripidezza della discesa, non trova il coraggio di affrontarla tanto che deve salire il marito in auto per andare a riprenderla!). In riva allo splendido lago di Misurina ci si ritrova tutti insieme (accompagnatori compresi) per il pranzo. Squisita la pizza consumata appena in tempo prima di un violento temporale che induce quasi tutti a tornare con le auto degli accompagnatori a Cortina. Tutti tranne me, Prandi, Ruggeri e S. De Angelis: terminata la pioggia abbiamo preso la strada per Brunico e, svoltati per il passo di Cimabanche, siamo tornati a Cortina in bici, percorrendo, al sole, una strada meravigliosa pedalando pochissimo essendo quasi tutta falsopiano in discesa. Al termine del giro abbiamo percorso 57km con quasi 1500m di dslv.

Giovedì 2 luglio

Passo FEDAIÀ (e PORDOI!)

Giornata di riposo per tutti ma non per noi. Dopo aver inutilmente tentato di coinvolgere anche Prandi e Ruggeri, io e Stefano De Angelis ci dirigiamo in auto ad Arabba, il nostro punto di partenza. C'è il sole ma fa fresco e non è da escludere la pioggia. Da Arabba scendiamo verso Andraz e poi verso Caprile seguendo il percorso del lungo della Maratona. Interminabile la discesa che ci porta fino ai 900m di Caprile da dove attacchiamo la salita del Passo Fedaià (14 km) che ci porterà sulla Marmolada e al Lago di Fedaià (2050 m). Stefano sembra in ottima forma e prende subito un discreto vantaggio; io non forzo pensando anche allo Stelvio che domani ci attende. La salita non è bellissima e, gradualmente, lo diventa sempre meno. Paesaggio chiuso, niente panorama (bosco da entrambe le parti), strada diritta, lunga, pendenza che fa male (sempre oltre il 10%, registrata una punta



Medoro, Prandi, Ruggeri, Pietrangeli e Antonucci al Lago di Misurina



Commento del Presidente

mattina seguente quando ho attaccato il Passo Tre Croci (ampiamente sottovalutato nelle previsioni): la bici è andata benissimo!

Delle "Tre Cime di Lavaredo" avevo un ricordo antico (22 anni fa): allora col 42X28 scesi sull'ultimo tratto. Quest'anno col 34X27 sono sceso su più tratti ma alla fine sono arrivato!

Lo Stelvio me lo ricordavo diverso e lo soffrii molto meno; quest'anno ho impiegato almeno un'ora più di allora ed ho sofferto sugli ultimi 12 tornanti! Per il futuro dovrò allenarmi di più se vorrò riprovare queste avventure!

La mattina seguente (venerdì) scalo il Valparola insieme a Rossa-

na Filippone, ma anche pedalando al risparmio mi rendo conto che non ce la faccio! Scendo di bici un paio di volte e poi arrivo; i miei dubbi crescono e penso che "La Maratona delle Dolomiti sarà dura"!

Parto piano e in coda al gruppo dei "Gialli", fatico sul Campolongo ma questo avviene sempre e la mia andatura media allo svalico è poco superiore agli 11 km/ora! Penso che arriverò a Corvara intorno alle 11,30/12,00 e ci metterei la firma! Poi in discesa vado prudente (non porto la mantellina) e attacco ad Arabba il "Pordoi"; fatico e salgo a 7/8/9 km/ora e mi fa male la schiena; guardo dietro di me e vedo che

c'è ancora un pò di gente ma tutti mi passano e penso che sul passo Sella dovrò arrendermi! Alle 9,00 sono sul Pordoi, breve sosta e via in discesa dove supero tutti quelli che trovo! Poi attacco il Sella e stranamente la schiena non mi duole e salgo meglio del previsto rimontando posizioni! Scollino alla grande e dopo una breve pausa sul passo mi butto giù in discesa e recupero posizioni e sento che la gamba risponde! Attacco il Gardena e salgo alla grande 9/10/11 km/ora e rimonto molte posizioni! Incredibile il mio passaggio allo svalico del Gardena ore 10,39 ed ora c'è solo discesa! Impiego solo 13 minuti per arrivare all'ar-

rivo rimontando un centinaio di ciclisti e completando la mia Maratona col tempo di 4h 02'!!! Sono arrivato fresco a Corvara ultrasoddisfatto della mia Maratona!!!

Mi sento soddisfatto e fiero delle mie prestazioni in quanto credo che nessuno del nostro gruppo avrebbe intrapreso questa avventura col mio poco allenamento (appena 2500 km da Gennaio) che è il mio minimo storico! Il risultato è che sono arrivato 120° di Categoria e 800° assoluto! Tutto questo vuol dire che non sono così scarso!

Marcello Cesaretti

SEGUE DALLA PRIMA



del 17%). Insomma si fatica in un tratto di strada dove non si ha la percezione della pendenza e non sembra si debba faticare (per questo la fatica si sente di più) e che, tra l'altro, non finisce mai. In questo tratto, mentre inizia a piovere con decisione, lentamente riprendo e supero Stefano. E' il tratto più duro. Dopo iniziano finalmente i tornanti. La strada si fa bella, c'è il panorama da una parte, le pendenze sono ancora impegnative a tratti ma il tornante aiuta a proseguire. La pioggia termina e dopo un po' siamo sul Fedai. Che soddisfazione! Ci fermiamo sotto al cartello e scattiamo qualche foto poi andiamo al lago: è talmente bello che decidiamo di seguire la strada che lo circonda. In alcuni tratti c'è ancora la neve a bordo strada. Quando il tempo si fa di nuovo minaccioso decidiamo di scendere. La discesa è divertente e veloce. Giù a Canazei ci fermiamo in un grazioso ristorante e ci concediamo un piatto di spaghetti. Dobbiamo scalare il Pordoi ma dai dati



Clamoroso: Lolli sconfitto a ping pong!!

Le sfide a ping pong alla Gran Risa di La Villa sono un classico di ogni anno alla Maratona delle Dolomiti. E, come ogni anno, Leonello, quando non è in bici, è alla continua ricerca di degni avversari in grado d'impegnarlo. Da anni nel Turbike nessuno è in grado di sconfiggerlo. Ci ha provato diverse volte Marco Marafini e ci è anche andato vicino ma alla fine la classe cristallina e l'esperienza di Leonello gli hanno sempre permesso di spuntarla. Anche quest'anno la sfida tra i due era attesissima. Marco è arrivato a La Villa il sabato pomeriggio e, proprio pochi minuti prima del suo arrivo, Bernardino Medoro accettava di fare due tiri con Leonello. Dino sono anni che non gioca e vorrebbe provare a togliere un po' di ruggine. Il primo set è vinto da Leonello ma non proprio agevol-

mente. Dino non è poi così impreparato. Marco Marafini arriva mentre si sta disputando il secondo set ed è spettatore della contesa il cui esito non appare più così scontato. Dino infatti s'impone al secondo set e si va al terzo. Qui il gioco di Dino, fatto di regolarità ma anche di colpi di tecnica cristallina, si oppone alla maggiore concentrazione di Leonello. La gara è dura, si arriva in parità ben oltre i 21 punti. Ai vantaggi Dino spreca diverse chance, Leonello ha le sue opportunità di vittoria ma poi l'epilogo è appannaggio di Dino che vince a sorpresa sconfiggendo Leonello! Dino, dopo la vittoria, soddisfatto, se ne va: per il momento non concede repliche nonostante gli inviti di Leonello. Un mito è crollato, anche Leonello è battibile!



S. De Angelis e Pietrangeli sul Pordoi

visti su internet la sera precedente il versante da Canazei è di solo 5,5km. Purtroppo ci eravamo sbagliati: quell'altimetria descriveva la salita dal bivio tra Sella e Pordoi, ben 6 km sopra a Canazei. Il Pordoi da Canazei misura in realtà quasi 12km, pendenza media 6%. Stefano non è preparato a tale impegno e lo soffre molto ma tutto ciò rende ancor più emozionante lo svalico in cima al passo dove ci fermiamo per fare qualche foto al monumento in onore di Coppi. Bellissima la discesa dal Pordoi finalmente sotto al sole e durante la quale incrociamo numerosi mezzi assai curiosi (auto e moto d'epoca). Al ritorno all'auto ad Arabba siamo molto affaticati ma felici e soddisfatti: abbiamo fatto 76 km con 1960m di dslv.

Venerdì 3 luglio

Passo dello STELVIO:

E' il grande giorno dello Stelvio e della sfida al record di Maurizio Ruggeri. Dopo tante discussioni (se andare oppure no) e tante rinunce (inaspettate), siamo in 15 a partire (di questi 10 ciclisti). La Maratona dopodomani per molti è un impegno troppo gravoso per fare lo Stelvio. Diversi poi, appena giunti sulle Dolomiti, non gradiscono un nuovo viaggio in auto per andare a fare lo Stelvio. Il viaggio, infatti, è assai più lungo del previsto: circa 160km di strada per 3h di tempo! Ne varrà la pena? L'interrogativo è tanto più reale dato che alla partenza da Spondigna il cielo è cupo e non promette niente di buono: considerando che si dovrà arrivare a 2750m di quota qualche dubbio viene. Niente riscaldamento (paventato da qualcuno), si parte subito a ritmo blando verso Prato allo Stelvio. Si passa il paese in ordine sparso senza rilevazione del passaggio con la videocamera (ma il dato sarà ricostruibile). Subito nei primi km inizia a piovare in modo abbastanza sostenuto. Medoro, che aveva allungato dopo aver saputo (con ritardo) di essere nel tratto cronometrato, ci aspetta per conoscere le nostre intenzioni: le sue sono di mollare e di salire sull'auto non appena ne avesse avuta la possibilità. Si transita per Gomagoi che ancora piove fitto ma non fa freddo e si può continuare. Più avanti, come nelle giornate precedenti, torna il bel tempo ed anche

Passo dello STELVIO

Tempi di scalata

(da Prato allo Stelvio)

(Record di Maurizio Ruggeri: 1.57.55)

POS	CAT	Tempo
1	MEDORO	E1 1.58.24
2	PIETRANGELI	E2 2.14.38
3	CALIENDO	E1 2.17.32
4	BUCCI	A1 2.24.50
5	DE ANGELIS S.	E2 2.39.57
6	ANTONIUCCI	E2 2.30.39
7	NERI	A1 3.17.20
8	LOLLI	A2 3.21.20
9	CESARETTI	A2 3.24.47
10	SCATTEIA	A2 11 tornanti



Sopra: Pietrangeli sullo Stelvio. — Sotto: gli ultimi spettacolari tornanti del Passo dello Stelvio.



E' già ciclo mercato 2010: S. De Angelis ai Bufali!

La stagione Turbike 2009 è ancora in corso e già si mettono a punto le strategie di rafforzamento delle squadre per la stagione 2010. A Prato allo Stelvio, durante i primi km della salita per il Passo dello Stelvio, con una solenne stretta di mano tra i Capitani Neri (Rinoceronti) e Pietrangeli (Bufali), è stato siglato l'accordo con il quale Stefano De Angelis passerà nella prossima stagione alla squadra dei Bufali. L'interessato, ivi presente, ha manifestato pieno gradimento al trasferimento. Il Capitano Pietrangeli sembrerebbe abbia offerto in cambio Lovino ma, di fronte alla controproposta di Neri circa il passaggio di Paoluzzi, ha dovuto con amarezza dare il proprio assenso condizionato, però, alla volontà di Paoluzzi con il quale il Capitano Neri e vari componenti della squadra dei Rinoceronti hanno da tempo buoni rapporti. Per dare ufficialità all'accordo si attende pertanto l'accordo tra Paoluzzi ed i Rinoceronti: sembrerebbe infatti che il procuratore di Paoluzzi abbia richiesto ai Rinoceronti un ingaggio elevato e che, al suo posto, quale sostituto di S. De Angelis, sia stato proposto Zuffranieri.

Caliendo: «Mdd, un concentrato di emozioni!»

Un'esperienza fantastica, il ciclismo (non) agonistico allo stato puro.

Nei giorni che precedono la gara maglie colorate, facce da ciclista, facce da mogli di ciclista a iosa.

Le dolomiti che svettano al sole con il loro colore rosato.

Le bicchierate nel pub con tutti gli amici, i conoscenti, e i conosciuti lì per lì.

Eppoi l'alzataccia alle 4,00, la ricca colazione, la discesa a cannone da San Cassiano a La Villa per mettersi in griglia. La pipì che ti scappa, il cardio che sale, l'emozione a mille. Pronti, via e si parte.

Come si arriva si arriva, l'importante è arrivare sani. A questo proposito, purtroppo, l'amico di Savona, conosciuto all'albergo Steinhof, nella discesa del Falzarego a 80 Km/h non è riuscito a controllare la bici ed è rovinato per terra: caschetto spaccato in due come un cocomero, frattura del polso e distacco dei legamenti della spalla.

Ringrazio tutti gli amici del Turbike con cui ho condiviso questa esperienza... mi prenoto già per l'anno prossimo !!

Emilio Caliendo



S. De Angelis e Pietrangeli sul mitico Stelvio

il sole. La salita è costante ma, soprattutto intorno al 33° tornante, presenta anche tratti impegnativi (registrate pendenze anche del 15%). Incontriamo gli accompagnatori (Stefania con una coppia di amici di Peppe Bucci ma anche Scatteia con consorte), con loro ad attenderci c'è anche Medoro che poi riparte e ci stacca di nuovo. La salita è lunga, tanti motociclisti ci sorpassano, procediamo a gruppetti: io sono con Emilio Caliendo che ha il mio stesso passo, più indietro ci sono Bucci, S. De Angelis e Antoniucci seguiti poi da Neri, Cesaretti e Lolli.

Dopo il 12° km la strada si fa più bella, il panorama si apre e i tornanti si fanno più frequenti. La vegetazione si fa sempre meno fitta fino a sparire del tutto rivelando un panorama sempre più montano ma anche una serie infinita di tornanti che scalano il pendio della montagna. C'è neve intorno, da questa nascono tanti rigagnoli che si riuniscono in torrenti e discendono la montagna. Quando mancano 6km alla vetta mi sento bene e, senza accorgermene, alzo il ritmo e vedo Emilio che lentamente si stacca: aumento ancora un poco per distanziarlo e subito dopo lo vedo, nel tornante sotto, che, rassegnato, ha già mollato. Gli ultimi 10 tornanti sono un misto di esaltazione e di disperazione: lo scenario è spettacolare, è netta ed entusiasmante la sensazione dell'impresa che si sta portando a termine. Nello stesso momento,

però, la stanchezza è tanta e la salita non fa sconti fino alla fine: quando mancano solo 100 metri la pendenza è ancora all'8%! In cima c'è Stefania che mi accoglie festosamente e mi riprende con la telecamera: Dino è già arrivato, c'è anche Scatteia che ha percorso l'ultimo tratto di 11 tornanti. Dopo qualche minuto di attesa ecco arrivare alla spicciolata tutti gli altri: Caliendo, Bucci (complimenti, che bravo!), S. De Angelis, Antoniucci.

Si scatta qualche foto, si mangia l'hot dog, ci s'infila nel rifugio in attesa dei ritardatari. Neri, Lolli e Cesaretti (sotto la pioggia che ha ripreso a cadere fitta) arrivano anch'essi visibilmente provati ma soddisfatti e felici. Fare lo Stelvio è pur sempre una grossa impresa.

Per il ritorno, visto il maltempo, quasi tutti decidono di farlo in auto scendendo per lo stesso strada. Soltanto io, Stefano De Angelis ed il grande Emilio Caliendo decidiamo di tornare in bici scendendo però dall'altra parte (versante di Bormio) transitando per S. Maria in Svizzera. Appena svalichiamo lo Stelvio verso Bormio subito capiamo che la nostra audacia sarà premiata: troviamo addirittura il sole che ci accompagnerà fino a Spondigna. Panorama mozzafiato, la strada è bellissima, è stata appena asfaltata. Il passaggio della frontiera e, più avanti, un lungo tratto sterrato seguito da una velocissima discesa con molti tornanti fino al paese di S. Maria. La discesa è tanta



Antoniucci e Medoro sullo Stelvio



Il gruppo Turbike all'interno del rifugio sullo Stelvio dopo la scalata in attesa che la pioggia si esaurisca.

che ci fanno male le mani per aver tirato così a lungo i freni! A S. Maria fa caldo e acquistiamo una bottiglia d'acqua da 1 litro al costo record di 5,80€ (e non era acqua santa!). Alla fine 67km percorsi con quasi 1900m di dslv ed un lungo viaggio di ritorno (oltre 3h di macchina!). Ne è valsa la pena? Certo il prezzo in termini di sacrificio è stato alto ma che soddisfazione fare lo Stelvio! Una di quelle che non si dimenticano e non possono mancare ad un ciclomatore.

Alla sera, presso La Gran Risa ove alloggia il Presidente, ha luogo la prevista premiazione dello Stelvio. Ci sono tutti i Turbikers presenti per la Dolomiti. (quasi 30 persone): Medoro è stato il più veloce ma, causa pioggia/soste/partenza ritardata, il suo tempo è di poco superiore a quello di Maurizio Ruggeri che conserva così il suo record. Dino dovrà attendere un anno se vorrà batterlo anche se ha dimostrato di essere in grado di farlo. Ma l'anno prossimo sarà un'altra storia... Vengo premiato anche io (1° degli E2), Bucci (A1) e Lolli (A2). La coppa dello Stelvio ha un fascino tutto particolare.

Sabato 4 luglio **Riposo**

Nei giorni scorsi ho fatto quello che desideravo, oggi posso riposare. Dopo lo Stelvio sono stanco ma non come la sera dopo il giro su Fedaiia e Pordoi. Stefano De Angelis, non essendo iscritto alla MdD, mi saluta e riparte per Roma. In stanza con me, nel pomeriggio, gli dà il cambio Marco Marafini (che a causa d'impegni di lavoro ha dovuto rinunciare alla settimana sulle Dolomiti ma ha voluto essere presente alla Maratona a cui è iscritto).

Domenica 5 luglio **Maratona delle Dolomiti e ritorno a casa**

E' il giorno della Maratona: come al solito tanta emozione e tante aspettative. Folto il gruppo Turbike in griglia viola sotto la Gran Risa. Mi sento bene e parto insieme a Medoro e Leonardi. Insieme a loro faccio gran parte del Campolongo ma poi preferisco ammi- nistrarmi e li lascio andare. Mi ritrovo da solo e, dopo aver superato una gran quantità di ciclisti, comincio ad essere superato da molti. Sul Sella mi sembra

di affondare, intorno tutti vanno più forte, non sono al meglio. Forse risento delle fatiche dei giorni scorsi ma poi mi accorgo di non avere lo stimolo, la voglia di faticare per raggiungere un obiettivo (quale?). Il mio approccio a questa Maratona è insolito: sono appagato, il mio obiettivo l'ho già raggiunto nei giorni scorsi, la Maratona è solo l'epilogo di una settimana bellissima prima di ripartire finalmente per Roma dove mi attendono le donne della mia famiglia che oramai mi mancano troppo. Continuo così trascinandomi per tutto il Sella Ronda. Il secondo Campolongo, che storicamente soffro sempre tanto, lo faccio piano e non soffro affatto, non ho indecisione e scelgo il percorso medio (intorno a me la maggioranza va sul lungo), il Falzarego finale lo faccio bene in compagnia di 2 ciclisti con cui faccio amicizia. Sul Valparola è finita, il pezzo finale è la solita esaltante

e velocissima galoppata. La Maratona è finalmente terminata, l'unica cosa che desidero è partire appena possibile. Con Marco Marafini ripartiamo in auto alle 16,30. Per aggirare le strade della gara dobbiamo fare il giro per Brunico allungando un viaggio infinito che temo molto data la nostra stanchezza. Invece va tutto per il meglio, guido quasi sempre io, non accuso alcun problema di stanchezza e quando è l'1.00 sono finalmente a casa. Domattina al lavoro, la vita ricomincia come prima ma che bei ricordi!

Roberto Pietrangeli



...in attesa sullo Stelvio, Cesaretti quando arriverà?